L'esprit Thalasso

Banyuls-sur-mer
Saintes-Maries-de-la-mer
Ars-en-Ré

INSTITUTS DE THALASSOTHÉRAPIE - RÉSIDENCES HÔTELIÈRES

THALASSO

SOMMAIRE

NOS DESTINATIONS

	Page
THALACAP CATALOGNE : Banyuls-sur-Mer	4-5
THALACAP CAMARGUE : Saintes-Marie-de-la-Mer	6-7
THALACAP ÎLE DE RÉ : Ars-en-Ré	8-9

THALASSO

Méthode Thalacap	11
Cure Marine	12
Cure Détente Vitalité	13
Cure Tonique au Masculin	14
Cure Beauté	15
Cure Zen Nouveauté	16
Découverte de la thalassothérapie	17
Escales courts séjours	18-19
Esthétique Médicale	20-21
Espace Forme Marin	22
Mode d'emploi pour un séjour réussi	23

DESTINATIONS

CATALOGNE : BANYULS-SUR-MER

Situé aux portes des Pyrénées, Banyuls-sur-Mer dévoile ses trésors entre modernité et traditions. Un patrimoine riche d'histoire et de mouvements que la nature sublime. Vous tomberez sous le charme d'une région à découvrir au fil des nombreux circuits pédestres ou à travers ses fonds marins, en plongeant dans sa réserve marine classée.

La résidence hôtelière***

68 chambres : des chambres claires ouvrant sur un balcon, avec téléphone, télévision, wifi, salle de bains et un accès direct à notre institut.

17 studios et 45 appartements : des studios cabines et appartements deux pièces tout équipés avec kitchenette, micro-ondes et un balcon avec vue sur la mer.

Restaurant panoramique "La Maillole"

Une vue splendide sur la mer où vous apprécierez une cuisine toujours savoureuse et diététique au détour de nos spécialités catalanes soigneusement préparées par le chef.

DÉCOUVERTE DE LA RÉGION ET LOISIRS

Découverte de la région

Les caves de Banyuls et la dégustation du vin doux. Le musée de Maillol, Collioure, petit port au cachet exceptionnel où séjournèrent Dufy, Picasso, Matisse...

La Tour Madeloc, qui, du haut de ses 656 mètres, offre une vue imprenable sur la côte.

Saint-Martin du Canigou, une abbatiale des XI^{e} et XII^{e} siècles installée dans un magnifique site de montagnes.

Le musée Dali de Figueras en Espagne et sa maison natale à Cadaquès.

Perpignan, avec le palais des Rois de Majorque, ses musées, sa gare.

Barcelone, la capitale Catalane avec son intense vie culturelle et l'architecture de Gaudi.

Loisirs

Il n'y a pas moins de 17 randonnées pédestres au départ des quatre communes de la côte Vermeille.

Pour les amateurs de plongée sous-marine, vous pourrez découvrir les splendeurs des fonds marins de la réserve. Mais aussi, faire du tennis, équitation, pêche, golf, planche à voile, ski nautique, parachute ascensionnel...

DESTINATIONS

CAMARGUE : SAINTES-MARIES-DE-LA-MER

Les plages de sable fin, les vastes étendues de roseaux et les manades font de la Camargue un des derniers lieux sauvages de notre pays. Les amoureux de la nature et de grands espaces pourront goûter aux joies des promenades pédestres et équestres, admirer le ballet des oiseaux et céder aux plaisirs de la navigation et de la glisse par grands vents.

La résidence hôtelière***

Dans un décor naturel et authentique, la résidence hôtelière*** avec son architecture typiquement camarguaise offre confort, vue sur la mer et accès direct à l'institut.

65 chambres : salle de bains, sèche-cheveux, téléphone, télévision écran plat, wifi et climatisation.

19 appartements : séjour avec canapé convertible, chambre à deux lits, kitchenette, balcon ou jardin privatif avec vue sur mer, télévision, téléphone et wifi.

Restaurant "l'Oustal des Cascades"

Notre Chef vous propose une cuisine aux parfums de Provence, à savourer de préférence sur la terrasse qui offre une très jolie vue panoramique sur le mer Méditerranée.

DÉCOUVERTE DE LA RÉGION ET LOISIRS

Découverte de la région

Aux Saintes-Marie-de-la-Mer : les musées Baroncelli et de Camargue, l'Eglise fortifiée du XII[e] siècle, la crypte de Sainte-Sarah la gitane, le port de plaisance Port Gardian, les arènes, le parc ornithologique et le château d'Avignon.

Nîmes, sa ville romaine, ses arènes, ses férias, le Carré d'Art, musée d'art contemporain.

Arles, sa Nécropole des Alyscamps, sa cathédrale Sainte-Trophine, ses magnifiques arènes et son théâtre romain...

La cité moyenâgeuse des Baux-de-Provence dans les Alpilles.
Le Pont du Gard et les gorges du Gardon.
Les remparts de la cité médiévale d'Aigues-Mortes...

Loisirs

Des activités pour tous : Randonnées pédestres, 4x4, tennis, équitation, pêche, golf, planche à voile, ski nautique, excursions en mer, visite parc naturel, canoë /kayak, catamarans, kite surf et chars à voile...

DESTINATIONS

ÎLE-DE-RÉ : ARS-EN-RÉ

Sur l'Île-de-Ré, la nature est reine, la bicyclette aussi ! 100 km de pistes cyclabes vous attendent pour vous faire découvrir les trésors de la biodiversité, les plages, les côtes sauvages, le Phare des Baleines, les marchés et le très joli port de plaisance d'Ars-en-Ré.

La résidence hôtelière***

L'hôtel est situé à 150m de la plage et à 800m du centre ville.

89 chambres : des chambres climatisées avec vue sur la piscine ou le jardin et accès direct à l'institut de thalassothérapie, réparties sur deux niveaux avec ascenseur, télévision, téléphone et wifi.

17 appartements : appartements en duplex intégrés à l'institut de thalassothérapie, climatisés, équipés de kitchenette, salle à manger, salle de bain, canapé convertible, télévision satellite, téléphone. Une solution idéale pour les familles.

Restaurant : "A la pointe de Grignon"

Le restaurant situé au bord de la piscine extérieure du centre de thalassothérapie, vous permettra de déguster une cuisine diététique et des produits frais de l'océan.

DÉCOUVERTE DE LA RÉGION ET LOISIRS

Avec plus de 2500 heures de soleil par an, l'Île de Ré charme ses visiteurs par son microclimat, sa taille humaine et sa douceur de vivre.

Découverte de la région

Les dix petits villages qui constituent l'Ile, avec leur particularité et leur charme.
Ars avec son église et son clocher qui s'élève à 40 mètres sert de point de repère aux navigateurs.

Loisirs

De multiples activités vous sont proposées à proximité de l'institut de thalassothérapie : golf, équitation, voile, tennis, jet ski, canoë... Randonnées pédestres, VTT, excursions, plage, sports nautiques, visites de parcs naturels, musées, marchés, marais salants, huîtrières...

THALASSO

La thalassothérapie c'est l'utilisation de l'eau de mer pour le bien être corporel et mental

D'un point de vue thérapeutique, la thalassothérapie trouve ses bienfaits dans les richesses du milieu marin. L'eau de mer, le climat marin, les algues et la boue marine sont les ingrédients de son succès. Les sels minéraux, les oligo-éléments et les ions marins ressourcent votre organisme.

L'eau de mer

La mer est un milieu vivant. Il est reconnu scientifiquement que l'action auto épuratrice du milieu marin confère à notre organisme une meilleure résistance aux infections microbiennes. Le phytoplancton libère dans l'eau de mer, à condition de ne pas être chauffé au delà d'une certaine température, des substances antivirales et antibactériennes.

Les boues marines

Véritables concentrations ioniques liées à la faune et à la flore marine, les boues marines sont directement utilisées en application, mélangées à l'eau de mer, pour leur pouvoir antalgique contre les rhumatismes (en dehors des périodes de crise aiguë). Leurs propriétés chimiques par passage d'oligo-éléments à travers la peau permet une action sur certaines affections de la peau (acné, eczéma, psoriasis).

Les algues

Présentant une très forte concentration en éléments minéraux (iode, calcium, phosphore, potassium, magnésium, cuivre, zinc, cobalt, fer, fluor...), les algues renferment aussi presque toutes des vitamines et acides aminés.

LA MÉTHODE

Plus qu'une méthode de soins, l'esprit Thalasso THALACAP, c'est d'abord vous transmettre notre passion du soin, c'est mettre à votre service notre professionnalisme et vous accompagner dans votre recherche de bien-être et d'équilibre grâce à l'eau de mer.

Thalacap base sa méthode de soins sur des principes essentiels :

Des soins adaptés à vos besoins spécifiques

Un programme personnalisé est élaboré dès votre arrivée avec le médecin *(sauf cures Marine, Zen et Tonique au Masculin).*

Un accompagnement de tous les instants

Nos thérapeutes qualifiés assurent les soins individuels et répondent à vos demandes tout au long de votre séjour.

Une organisation souple et modulable

Votre planning de soins est spécialement adapté pour alterner loisirs, détente et profiter de notre environnement.

L'amélioration continue de nos soins

Thalacap améliore continuellement ses protocoles de soins grâce à son suivi qualité et au partenariat établi avec l'Ecole professionnelle dédié à l'Hydrothérapie (EHE).

Déroulement de votre cure

La consultation médicale d'entrée permet d'élaborer un programme spécifique.

Vos soins se déroulent du lundi au vendredi inclus, le matin ou l'après-midi, en alternance *(cure Marine, Zen ou Tonique au masculin : arrivée le jour qui vous convient).*

La cure comporte les soins de thalassothérapie traditionnels et les soins spécifiques en fonction du choix de votre cure (sauf cure Zen 20 soins individuels).

Le pack curiste vous est fourni :
Serviettes
Sandales
Bonnet de bain
Peignoir

THALASSOTHERAPIE

LES CURES

LES CURES 5 JOURS
avec ou sans hébergement

Pack curiste
Accès à l'Espace Forme Marin compris

LA CURE MARINE 15 soins

3 soins par jour

SE RESSOURCER
PRENDRE SOIN DE SOI

▸ 15 SOINS

5 hydromodelages sous douche à affusion, algues alternés
5 soins alternés: douche à jet, bain bouillonnant,
5 soins dynamiques marins collectifs : aquagym marine, jets sous-marin alternés.

LE PLUS

Choisissez le jour qui vous convient pour commencer votre cure Marine (lundi, mardi...)

THALASSOTHERAPIE

LES CURES

LES CURES 5 JOURS
avec ou sans hébergement

Consultation médicale
Pack curiste
Accès à l'Espace Forme Marin compris

DÉTENTE VITALITÉ 20 soins

4 soins par jour

RETROUVER DYNAMISME
FORME ET TONUS

▸ 15 SOINS personnalisés selon l'orientation

Rhumato, Dos
Modelage à l'huile de sésame bio, hydromodelage en baignoire, modelage sous douche à affusion, enveloppement d'algues, de boue, boule marine.

Circulatoire
Modelage à l'huile de sésame bio, hydromodelage en baignoire, hydro-modelage sous douche à affusion, enveloppement d'algues,
pressothérapie, pédiluve, frigithérapie.

Minceur
Modelage à l'huile de sésame bio, hydromodelage en baignoire, hydro-modelage sous douche à affusion, enveloppement d'algues, skintonic (palper-rouler), soin sensolyse (ultra-sons localisés).

Remise en forme
Modelage énergétique, hydromodelage en baignoire, douche à jet, modelage sous douche à affusion, enveloppement d'algues.

+ 5 soins dynamiques marins collectifs :

d'aquagym marine, jets sous-marin alternés.

LE PLUS

Cure universelle
Personnalisée

THALASSOTHERAPIE

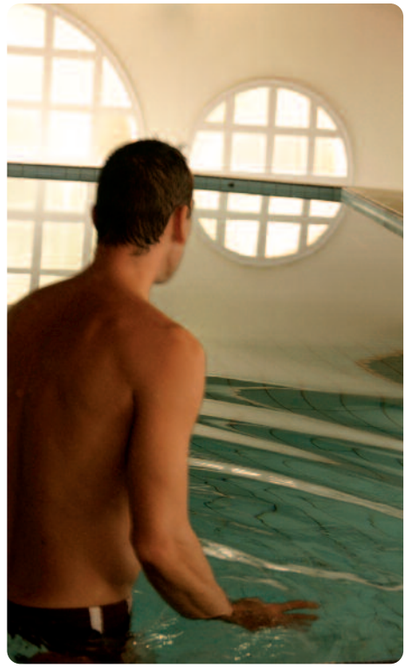
LES CURES

LES CURES 5 JOURS
avec ou sans hébergement

Pack curiste
Accès à l'Espace Forme Marin compris

TONIQUE AU MASCULIN 20 soins

4 soins par jour



RETROUVER ÉNERGIE
ÊTRE EN FORME

15 SOINS thalassothérapie

5 modelages à l'huile de sésame bio sous douche à affusion, algues alternés,
5 soins alternés: douche à jet, bain bouillonnant,
5 soins dynamiques marins collectifs : aquagym marine, jets sous-marin alternés.

+ 5 soins

1 Gommage du dos
3 Modelages toniques
1 Modelage du visage

LE PLUS

Aqua gym coaché, jets sous-marin alternés.
Choisissez le jour qui vous convient pour commencer votre cure Marine (lundi, mardi ...)

THALASSOTHERAPIE

LES CURES

LES CURES 5 JOURS
avec ou sans hébergement

Consultation médicale
Pack curiste
Accès à l'Espace Forme Marin compris

BEAUTÉ 20 soins

4 soins par jour

RÉVELER SA BEAUTÉ
RAFFERMIR SON CORPS

Profiter de la douceur des soins du corps et du visage.

15 SOINS

5 modelages à l'huile de sésame bio, hydromodelages en baignoire alternés,
5 enveloppements d'algues, modelages sous douche à affusion, frigithérapie, bain bouillonnant alternés.
5 soins dynamiques marins collectifs, aquagym jets sous-marin alternés.

+ 5 soins esthétiques visage et corps :

Gommage du corps
Beauté des mains ou des pieds (2 séances)
Modelage du visage
Soin revitalisant du visage

LE PLUS

Des conseils beauté

THALASSO THERAPIE

LES CURES

LES CURES 5 JOURS
avec ou sans hébergement

Pack curiste
Accès à l'Espace Forme Marin compris

LA CURE ZEN *Nouveauté* 20 soins

4 soins par jour

RELAXATION
BIEN-ÊTRE

Cette cure est élaborée pour satisfaire votre besoin de relaxation intense accompagné de soins esthétiques dédiés au bien-être.

LE PLUS

Choisissez le jour qui vous convient, en toute liberté, pour commencer votre cure.
Soins individuels

20 SOINS INDIVIDUELS

1 Détente ayurvédique (shirodhara)
5 Modelages à l'huile de sésame bio, hydromodelages en baignoire alternés
1 Modelage énergétique plantaire
5 Modelages et hydromodelages sous douche à affusion
5 Enveloppements d'algues, bains bouillonnants alternés
1 Modelage détente du visage
1 Modelage aux pierres chaudes
1 Gommage du dos.

THALASSO THERAPIE

Découverte de la thalasso

Pack curiste
Accès à l'Espace Forme Marin

PLAISIR
DÉTENTE

JOURNÉE THALASSO 4 soins

DÉTENTE. 4 soins
Soin dynamique marin
Bain bouillonnant aux huiles essentielles
Douche à jet
Enveloppement d'algues ou de boue marine.

Déjeuner au restaurant du centre

DEMI-JOURNÉE THALASSO 3 soins

COCKTAIL, 3 soins
Méditerranéen, Atlantique ou Oriental
1 Gommage aux sels de méditerranée, atlantique ou enveloppemt au ghassoul
1 Modelage sous douche à affusion aux huiles essentielles méditérranée, atlantique ou oriental
1 Bain bouillonnant aux huiles essentielles aux senteurs de fruits de la méditérranée, atlantique ou aux senteurs orientales.

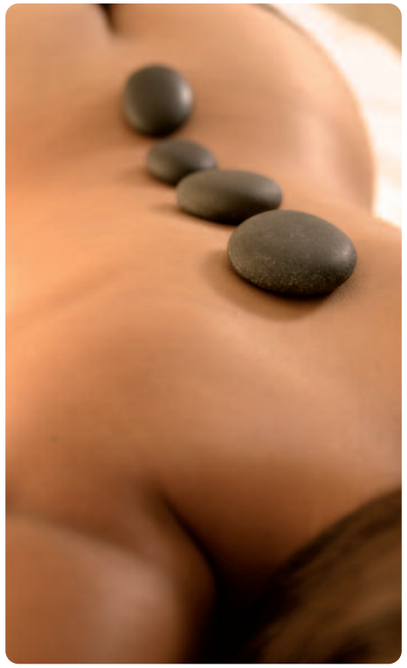
DÉTENTE. 3 soins
Hydromodelage en baignoire
Douche à jet
Enveloppement d'algues

THALASSO THERAPIE

LES COURTS SÉJOURS

LES ESCALES 1, 2 ou 3 nuits
avec hébergement

Sans consultation médicale
Pack curiste
Accès à l'Espace Forme Marin compris



ENVIE D'ÉVASION?

Ressourcez-vous le temps d'une escale de 1nuit/2jours, 2 nuits/3 jours ou 3 nuits/4jours en semaine ou en week-end.

Choisissez le jour de votre arrivée, hébergement en chambre double ou individuelle, demi-pension ou pension complète.

Déroulement de votre Escale:
Arrivée à partir de 15h
Accès à l'Espace Forme Marin
Dîner au restaurant du centre
Hébergement en résidence hôtelière***
Petit déjeuner
4 soins selon le choix de votre Escale.

Libre à vous de prolonger votre séjour ou de goûter au plaisir de soins esthétiques complémentaires.

DÉTENTE RELAXATION

ESCALE MARINE

Votre programme de soins s'établira autour des soins d'hydrothérapie pour une véritable découverte de la thalasso

▸ 4 soins
Enveloppement d'algues
Douche à jet
Soin dynamique marin collectif
Bain bouillonnant aux huiles essentielles

ESCALE BEAUTÉ

Esthétique et soins individuels.
Se ressourcer en beauté

▸ 4 SOINS
Enveloppement d'algues
Bain bouillonnant aux huiles essentielles
Soin esthétique
Modelage du corp

ESCALE ZEN

Modelage et soins individuels
L'escale bien-être par excellence

▸ 4 SOINS
Enveloppement d'algues
Bain bouillonnant aux huiles essentielles
Modelage aux pierres chaudes ou plantaire ou shirodhara
Modelage sous douche à affusion à l'huile de sésame bio

ESTHETIQUE MEDICALE

Comblement des rides et Mésocellulyse

Ces soins réalisés par les Médecins sur chacun de nos centres de Thalassothérapie, vous donneront des résulats immédiats.

Le bénéfice anti-âge

Comblement des rides profondes, sillons du visage avec de l'acide hyaluronique. L'effet liftant est immédiat et durable.

A qui cela s'adresse ?

Aux hommes et aux femmes qui souhaitent rajeunir sans passer par la chirurgie esthétique.

Comment ça marche ?

Le médecin injecte dans le derme de l'acide hyaluronique, qui est un élément essentiel de la substance fondamentale de la peau. Il est parfaitement toléré et totalement résorbable.

Il attire l'eau et contribue ainsi à l'hydratation de la peau. La technologie permet son utilisation comme implant parfaitement toléré et résorbable, dans le traitement des rides du visage. Aucun test n'est nécessaire, Ce n'est pas une substance allergisante.

Les résultats sont excellents. Les effets durent environ 6 mois, jusqu'à 1 an en fonction des personnes.

MÉSOCELLULYSE

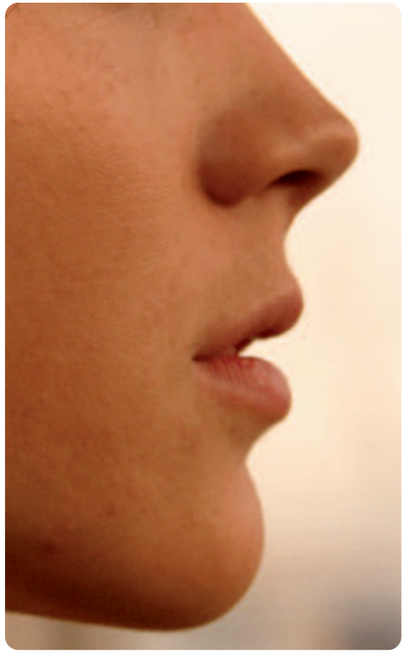
Amincissement, troubles circulatoires et peau d'orange.

Qu'est-ce que c'est ?

Méthode d'amincissement qui cible les défauts de la silhouette dus à des excès de cellulite localisée – culotte de cheval, genoux, ventre, hanches etc...

Mesocellulyse est la mésothérapie anti-cellulite. Elle atténue considérablement l'effet peau d'orange et réduit efficacement la zone traitée.
Associée au soin Sensolyse, à base d'ultrasons basse fréquence, la Mesocellulyse permet d'obtenir des améliorations notables concernant l'aspect de la peau et les troubles circulatoires.

Mé s o l i f t Comblant



Le bénéfice anti-âge

Le teint prend de l'éclat, la fermeté s'améliore, effet tonique tenseur, effet bonne mine immédiat et une peau mieux hydratée.

A qui cela s'adresse ?

Aux hommes et aux femmes ayant les peaux fines, atones, sèches, fatiguées ou abîmées par le soleil ou le tabac, l'acné.
Le Mesolift à l'acide hyaluronique prévient efficacement le vieillissement de toutes les peaux.

Comment ça marche ?

On injecte des micro-doses d'acide hyaluronique et d'éléments nutritifs directement dans le derme à l'aide d'une aiguille très fine pour estomper efficacemet les ridules (patte d'oie) et repulper les zones ciblées: joues, cou, decolleté et même le dos des mains.

Est-ce douloureux ?

Cette méthode est casi indolore: les aiguilles sont très fines.
Chez certains sujets, quelques rougeurs faciles à camoufler peuvent apparaître et persister jusqu'à 48 heures.

Profitez d'un séjour dans l'un de nos instituts pour découvrir l'esthétique médicale.

Lors de votre consultation médicale, n'hésitez pas à aborder le sujet avec le Médecin de l'institut.
Il vous conseillera et déterminera avec vous les zones à traiter, si besoin.

SPORT DÉTENTE

Espace Marin

Durant votre séjour vous bénéficiez d'un accès libre à l'Espace Forme Marin avec : piscine d'eau de mer chauffée à 30°, parcours thalatonique, eau chaude, eau tempérée, jets sous-marins et cols de cygnes.

Eliminez vos toxines à la chaleur sèche du sauna ou à la chaleur humide du hammam.

Respirez l'air marin des embruns dans le calme de la salle d'aérosols.

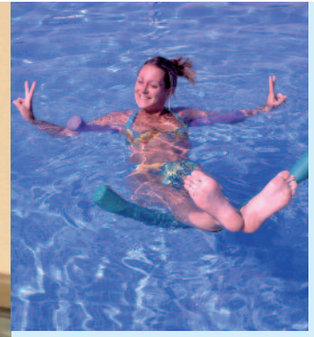
Nos maîtres-nageurs vous conseillent sur les exercices à pratiquer au cours des séances d'aquagym.

Espace Forme

Dans nos salles de sport, vous pourrez suivre les indications de nos professeurs lors des cours collectifs de gym, abdo fessiers, stretching ...

Dans les espaces fitness, de nombreux appareils de musculation sont à votre disposition.

Vous pourrez profiter des solariums ou des salles de relaxation pour une parenthèse de calme et de repos.



MODE D'EMPLOI POUR UN SÉJOUR RÉUSSI

Comment réserver ?

Tous nos conseillers sont à votre écoute pour tout renseignement ou réservation de votre séjour du lundi au vendredi de 8h30 à 19h, le samedi de 9h à 17h au 0825 125 145 (0,15€/min). Enfin, vous pouvez réserver votre séjour 24h/24h sur www.thalacap.fr
Pour réserver 3 possibilités:
- par courrier,
- au 0825 125 145 (0,15€/min),
- ou sur www.thalacap.fr

Il vous est possible de réserver jusqu'à la veille de votre arrivée, suivant nos disponibilités.

Comment régler ?

La réservation ne prend effet qu'à réception de votre accompte, soit 30% de la commande (à j-15 uniquement par carte bancaire).
Nous acceptons : chèques, cartes bancaires, chèques vacances ANCV, Tir groupé, Cadhoc et Kadéos.

Le solde des frais de séjour est à régler le jour de votre arrivée au centre de thalassothérapie..
Toute dépense ne faisant pas partie du descriptif des forfaits est en supplément, à régler le jour de votre départ.

Annulation

Dans tous les cas, l'annulation d'un séjour fera l'objet d'un écrit (courrier, fax..) que vous ayez contracté l'assurance annulation ou non.
En cas d'annulation par le client, le remboursement des sommes versées interviendra déduction faite de 50 € de frais de dossier.
- jusqu'à 21 jours avant le départ : 30% du montant du séjour
- entre 20 et 8 jours avant le départ : 50%
- de 7 à 3 jours avant le départ : 75%
- de 2 jours ouvrés au jour du départ : 100% du montant du voyage.
- En cas d'interruption de séjour, le solde des prestations non consommées vous sera demandé.

Lors de votre réservation, vous pouvez souscrire une assurance-annulation auprès du Cabinet Chaubet Courtage via notre site internet ou en appelant nos conseillers.

Arrivée Hôtel / Appartement

Les chambres sont disponibles à partir de 15 heures et doivent être libérées avant 12h00.
Pour les cures avec hébergement, les chambres sont disponibles le dimanche à partir de 15h et doivent être libérées le samedi suivant avant 12h.
Les studios et les appartements sont disponibles le samedi après-midi à partir de 17h00 et doivent être libérés le samedi suivant avant 10 heures.

Déroulement de la cure

Cocktail de bienvenue, le dimanche soir.
La cure débute le lundi, la consultation médicale a lieu le dimanche ou le lundi (sauf pour les cures Zen, Marine et Tonique au Masculin) à l'issue de celle-ci, votre planning de 4 soins par jour effectué en alternance matin ou après-midi, est élaboré pour la semaine.
Le jour de votre arrivée nous mettons à votre disposition: sandalettes, bonnet de bain, serviette de bain et peignoir.

Pendant votre cure

L'Espace Forme Marin est accessible à l'accompagnant non curiste gracieusement.
Le port du bonnet de bain est obligatoire à la piscine et dans les bassins de soins.

Informations pratiques

Pensez à mettre dans votre valise :
2 maillots de bain, afin d'en avoir toujours un de sec à disposition.
Messieurs, prévoyez un maillot ou un boxer, pas de short.
Prévoir également une tenue de sport si vous souhaitez profiter de notre Espace Forme.

Les animaux domestiques

Nous consulter.

NOS PRESTATIONS CURE

Pour les forfaits cures :
arrivée le dimanche, départ le samedi

Noël, jour de l'an semaines
du 19/12/2009 au 02/01/2010
Nous consulter.

CURE *tarif par personne*

5 jours/6 nuits en demi-pension.
soins du lundi au vendredi inclus.

SAISON	Basse 01/01 au 03/04 14/11 au 18/12	Moyenne 04/04 au 24/04 06/06 au 10/07 05/09 au 13/11	Haute 25/04 au 05/06 11/07 au 04/09	Pension complète
Marine*	902€	942€	977€	+ 135€ / sem.
Détente Vitalité	1052€	1092€	1127€	+ 135€ / sem.
Beauté	1052€	1092€	1127€	+ 135€ / sem.
Tonique au Masculin*	1052€	1092€	1127€	+ 135€ / sem.
Zen Nouveauté*	1192€	1232€	1267€	+ 135€ / sem.
Supplément chambre individuelle	125€	155€	195€	
Accompagnant non curiste en demi-pension Accès à l'Espace Forme Marin Inclus	472€	512€	542€	+ 135€/ sem.

CURE externe *tarif par personne*

5 jours de soins
Du lundi au vendredi inclus

	TOUTES SAISONS
Marine*	400€
Détente Vitalité	580€
Beauté	580€
Tonique au Masculin*	580€
Zen Nouveauté*	690€

**les cures Marine, Zen et Tonique au masculin : choisissez le jour qui vous convient pour commencer votre cure (lundi, mardi...)*

Tarifs 2010

NOS PRESTATIONS COURTS SÉJOURS

ESCALES 2,3,4 JOURS

tarif par personne

2 jours /1 nuit, 3 jours/2 nuits ou 4 jours/3 nuits. Hébergement, demi-pension, 4 soins par jour.

SAISON	1 nuit	2 nuits	3 nuits	Pension complète
Escale Marine	200€	370€	530 €	+ 26€ / jour
Escale Beauté*	235€	430€	620€	+ 26€ / jour
Escale Zen	235€	430€	620€	+ 26€ /jour
Accompagnant non curiste	84€	168€	252€	+ 26€ /jour

**Alterner les escales Beauté et Zen, c'est possible sur 2 ou 3 nuits*

COCKTAILS SOINS

tarif par personne

sans hébergement

	Journée	1/2 journée
Détente	137€	89€
Cocktails 3 soins *Atlantique, Méditerranée, Oriental*		105€

ESPACE FORME MARIN

tarif par personne

Piscine, sauna, hammam, salle de gymnastique, salle de relaxation

1 1/2 journée	5 1/2 journées	17h30-19h
23€	105€	14€

Tarifs 2010

NOS PRESTATIONS HÉBERGEMENT

Accès wifiinclus.
Accès à l'espace Forme Marin Offert.

RÉSIDENCE HÔTELIÈRE

(Tarifs par nuit)

SAISON	Basse 01/01 au 03/04 14/11 au 18/12	Moyenne 04/04 au 24/04 06/06 au 10/07 05/09 au 13/11	Haute 25/04 au 05/06 11/07 au 04/09	Enfant (- de 12 ans)
Chambre double ou simple	84€	98€	114€	
Petit-déjeuner	10€	10€	10€	5€
Repas	32€	32€	32€	12€
Demi-pension	42€	42€	42€	17€
Pension complète	72€	72€	72€	27€
Lit Enfant				27€
Lit Bébé	Offert	Offert	Offert	

Possibilité de lit enfant ou bébé : Ars-en-Ré et Saintes-Maries-de-la-Mer.
Lit bébé uniquement : Banyuls-sur-Mer

NOS PRESTATIONS HÉBERGEMENT

Accès wifi inclus.
Ménage final inclus.

RÉSIDENCE DE TOURISME

Logement du samedi au samedi.

SAISON	Basse 31/01 au 19/06 03/10 au 31/12	Moyenne 20/06 au 10/07 05/09 au 02/10	Haute 11/07 au 04/09
BANYULS-SUR-MER			
Studio Cabine 2-3 personnes	360€	490€	625€
Appartement 2 pièces 3-4 personnes	410€	550€	700€
Studio Cabine 2-3 personnes dont 1 curiste	306€	416€	531€
Appart. 2 pièces 3-4 pers. dont 1 curiste	348€	467€	595€
SAINTES-MARIES-DE-LA-MER			
Appartement 2 pièces 3-4 personnes	460€	730€	865€
Appar. 2 pièces 3-4 pers. dont 1 curiste	391€	620€	735€
ARS-EN RÉ			
Appartement 2 pièces 3-4 personnes	430€	590€	880€
Appart. 2 pièces 3-4 pers. dont 1 curiste	365€	501€	748€

Service Hôtelier : Ménage quotidien, draps et serviettes	105€
Location kit linge par personne : serviettes et draps	18€
Lit supplément enfant	27€
Caution	165€

Tarifs 2010

Thalassoline
Appel gratuit (depuis un poste fixe)
0800 800 136
00800 0800 8088
866 676 2416
866 676 2417
Autres Pays (appel non surtaxé) : 0033 5 620 777 40
www.thalasso-line.com